

PÄIVÄTOIMINNAN JÄRJESTÄMINEN SIILINJÄRVELLÄ PALVELUKESKUS RISUHARJUSSA

Pekka Taskinen
Miia Turunen

Opinnäytetyö

Ammattikorkeakoulututkinto

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	
Koulutusohjelma Hoitotyön koulutusohjelma	
Työn tekijä(t) Pekka Taskinen & Miia Turunen	
Työn nimi Päivätoiminnan järjestäminen Siilinjärvellä	
Päiväys 20.5.2011	Sivumäärä/Liitteet 36/2
Ohjaaja(t) Elina Siirola	
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Siiliset-peruspalvelukeskus	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Ikääntyneiden osuus väestössä kasvaa ja asettaa terveydenhuollolle paljon haasteita. Ikääntyminen lisää palveluntarvetta ja sairastavuutta sekä tuo muutoksia toimintakykyyn. Muutokset voivat estää yksilöä toteuttamasta itseään ja haitata arkiasioissa ja kotona selviytymisessä, jolloin apu ja ohjaus erilaisissa toiminnoissa voi olla tarpeellisia. Päivätoiminnalla voidaan tukea ikääntyneiden selviytymistä kotiloissa ja ehkäistä toimintakyvyn laskua. Päivätoiminta auttaa ikääntyviä paitsi selviytymään, myös antaa mahdollisuuden sosiaaliseen kanssakäymiseen, joka on inhimillisen elämän perusarvoja. Ikääntyessä sosiaaliset kontaktit usein vähenevät ja arki voi olla yksinäistä. Vuorovaikutuksessa oleminen ja yhteisöön kuuluminen edistää yksilön itsetuntoa ja ehkäisee yksinäisyyden tunnetta. Päivätoiminnassa on mahdollisuus tavata oman ikäisiä ihmisiä, rikastuttaa elämää olemalla vuorovaikutuksessa, päästä toimimaan ryhmässä ja olla osa yhteisöä.</p> <p>Tämä työ on toiminnallinen opinnäytetyö. Järjestimme päivätoimintaa yli 65-vuotiaille. Toimintaan toteutettiin sosiaalipedagogiikkaan kuuluvan sosiokulttuurisen innostamisen mukaan. Tavoitteena oli lisätä ryhmäläisten keskinäistä vuorovaikutusta sisällöltään asiakaslähtöisellä ja mielekkäällä arkisella toiminnalla. Toiminnot olivat yksilöiden omien halujen ja toiveiden mukaisia ja sellaisia, joihin jokaisen oli mahdollista osallistua. Työssä toimimme paitsi toiminnan järjestäjinä ja tukijoina (innostajina) niin, etteivät ryhmän jäsenet tunteneet eriarvoisuutta ja että kaikki saivat mahdollisuuden toteuttaa itseään ja olla sosiaalisesti osana yhteisöä.</p> <p>Mielipiteet toimintojen suhteen vaihtelivat, mutta tässä työssä käytettyihin menetelmiin oltiin tyytyväisiä ja ne osoittautuivat toimiviksi. Ryhmässä oli hyvä yhteishenki kaiken aikaa, eikä kukaan tuntenut jäävänsä ulkopuolelle. Jokaisella oli myös mahdollisuus antaa palautetta toimintaa liittyen, sekä suullisesti että kirjallisesti. Toiminnasta ryhmänohjaajina saimme myös hyvää palautetta.</p> <p>Sosiokulttuuristen menetelmien käyttöä on tutkittu ja osoitettu sen toimivuus erilaisissa ryhmissä vuorovaikutuksen, yksilöllisen kasvun ja hyvinvoinnin edistäjänä.</p>	
Avainsanat Ikääntynyt, päivätoiminta, sosiokulttuurinen innostaminen	

Field of Study Social services, Health and Sports.			
Degree Programme Degree program in Nursing.			
Author(s) Pekka Taskinen and Miia Turunen			
Title of Thesis Arranging of daytime activities in the Risuharju service center in Siilinjärvi			
Date	20.5.2011	Pages/Appendices	36/2
Supervisor(s) Elina Sirola			
Project/Partners Siiliset basic service center			
<p>Abstract</p> <p>The number of elderly people is growing among the Finnish population and poses a challenge for healthcare. The need for services, growing health problems and lack of capacity are known issues for ageing. These problems can affect elderly people and make it harder to survive, manage their daily life and prevent creativity. Therefore, a need for services and guidance in daily activities may be a necessity. A managed daytime activity is one service for the prevention of these kinds of problems. It helps elderly to sustain the abilities to function and supports them in managing at home. Aging may also lessen social activity and daily life may be spent in solitude. Daytime activities bring an opportunity to be in socially active, which is a basic value for humans. The feeling of belonging to a community and being in interaction with others promote self-esteem and prevent the feeling of loneliness of the individuals. Individuals have a chance to be in contact and operate in groups with people of the same age in daytime activities. It is a chance to enrich one's daily life.</p> <p>This work was a functional thesis. We arranged daytime activities for a group of elderly people aged 65 years and over. The functions in daytime activities followed the methods of sociocultural inspiration, which is a social pedagogical theory. The aim was to increase the social interaction in the group with pleasing and customer-oriented activities of daily life. The activities followed the wishes and also the physical capacity of the participating elderly, so that everyone was able to take part in the activities. Our role in the process was to arrange the activity and support (and inspire) the group, so that no one wouldn't feel unequal and that everyone has a chance to express oneself and be socially part of the community.</p> <p>The opinions of the activities varied, but in the end the elderly were satisfied with them and they turned out to be working well. The group had a good community spirit all the time and nobody felt as if being left outside. Everyone had a chance to give oral and written feedback related to the activities. As instructors we also received good feedback</p> <p>Different studies have been made of the use of the sociocultural methods and they show that they work for promoting interaction, individual growth and the well-being in different groups.</p>			
<p>Keywords</p> <p>Elderly, daytime activity, sociocultural inspiration</p>			

SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO.....	6
2	IKÄÄNTYNEIDEN HYVINVOINTI.....	8
2.1	Ikääntyneet Siiliset -alueella	9
3	KOTONA ASUMISTA TUKEVA TOIMINTA	10
3.1	Päivätoiminta	10
3.2	Päivätoimintaa ohjaavat lait	11
4	SOSIOKULTTUURINEN INNOSTAMINEN.....	13
5	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TEHTÄVÄT JA TAVOITTEET	15
6	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	16
6.1	Päivätoiminta palvelukeskus Risuharjussa	16
6.2	Päivätoiminnan aloittaminen	17
6.3	Päivätoiminnan toteuttaminen.....	17
6.4	Päivätoiminnan tulokset.....	18
7	POHDINTA.....	23
7.1	Luotettavuus ja eettisyys	23
7.2	Pohdinta toiminnasta	24
8	JOHTOPÄÄTÖKSET	26
	LÄHTEET	27

LIITTEET

Liite 1 Havainnointilomake

Liite 2 Palautekysely

Liite 3 Väestöennusteet Siilinjärvellä, Nilsissä ja Maaningalla (taulukot 1-3)

1 JOHDANTO

Terveysthuollossa ja ikääntyneiden hoitotyössä on tavoitteena vähentää laitospaikoja tukemalla ikääntyneiden selviytymistä kotona mahdollisimman pitkään (Muurinen 2010, 10). Tilastojen mukaan ikääntyneiden osuus tulee odotetusti kasvamaan tulevina vuosina. Vanhuspalveluilla, kuten säännöllisellä päivätoiminnalla, voidaan tukea ikääntyneiden kotona selviytymistä. Päivätoiminta on nykyään vakiintunut kuntien palvelujen tarjontaan. Tutkimukset ovat osoittaneet, että päivätoiminnalla voidaan tukea ikääntyneiden toimintakykyä, sekä heidän kotona selviytymistään. Tuettaessa kotona selviytymistä mahdollistetaan myös tehokkaampi varojen käyttö sosiaali- ja terveydenhuollossa. (Ikäihmisten palvelujen laatusuositus 2008, 9–11.)

Järjestimme päivätoimintaa ikääntyneille Palvelukeskus Risuharjussa Siilinjärvellä. Päivätoiminta Siilinjärvellä on kotihoidon järjestämää toimintaa. Työ toteutettiin toiminnallisena opinnäytetyönä. Toimeksiantajamme oli Siiliset-peruspalvelukeskus. Tavoitteenamme oli kehittää päivätoimintaa ja edistää päivätoimintaryhmäläisten välistä vuorovaikutusta. Tavoitteen saavuttamiseksi järjestimme ryhmälle sovitusti päivätoimintaa soveltaen sosiokulttuurisia menetelmiä.

Vuoden 2010 alusta Nilsiän kaupungin sekä Siilinjärven ja Maaningan kuntien sosiaali- ja terveydenhuolto yhtenäistettiin liikelaitokseksi, joka sai nimen Siiliset-peruspalvelukeskus, isäntäkunta Siilinjärven mukaan. Siiliset-peruspalvelukeskus järjestää asukkailleen sosiaali-, terveys-, varhaiskasvatus- ja vanhuspalvelut. Palvelut tuotetaan asukkaille pääasiassa oman kunnan alueella. Päivätoiminta on osa palveluntarjontaa, joka kuuluu kotipalveluna järjestettäviin tukipalveluihin. (Siiliset-peruspalvelukeskus 2010.)

Siiliset-peruspalvelukeskuksen alueella ikääntyneiden päivätoimintaa järjestetään tällä hetkellä Nilsiässä ja Siilinjärvellä. Nilsiässä kokoontuu kolme päiväkeskusryhmää ja Siilinjärvellä Päiväkeskus Risuharjussa järjestetään useita ryhmiä. Maaningalla päivätoimintaa ei tällä hetkellä ole. Siiliset-alueella on tavoite yhtenäistää palveluita, joten päivätoiminnan käynnistäminen Maaningalla on ajankohtaista. (Siiliset-peruspalvelukeskus 2010.)

Opinnäytetyössämme käytämme sanaa ikääntynyt. Tässä työssä ikääntyneillä tarkoitetaan yli 65-vuotiaita ja kaikkien päivätoimintaan osallistuneiden kohdalla tämä kriteeri täyttyi. Synonyymeja ikääntyneelle ovat esimerkiksi vanhus, ikäihminen, seniori

ja veteraani. Tilastollisen määritelmän mukaan ihminen on ikääntynyt siirryttyään eläkkeelle. Eläkeikäistä ei voida kuitenkaan kutsua vanhukseksi tai edes ikääntyneeksi. Gerontologisissa tutkimuksissa vanhuus määritellään alkavaksi vasta 80- tai 85-vuoden iässä, jolloin sairastuvuus sekä ulkopuolisen avun tarve on usein lisääntynyt. Tutkimuksista ilmenee, että pysyvä avun tarve eri tekijöistä riippuen alkaa 75–80-vuoden iässä. Ikääntyneiden palvelujen katsotaankin kohdistuvan yli 75-vuotiaisiin. (Lahti & Väisänen 2010, 2.)

Tilastojen mukaan ikääntyneiden osuus väestössä tulee kasvamaan lähivuosikymmeninä nopeasti. Arvioiden mukaan yli 65-vuotiaiden osuus väestön nykyisestä 16 prosentista tulee nousemaan 26 prosenttiin vuoteen 2030 mennessä. Yli 85-vuotiaiden osuus tulisi nousemaan 1,8 prosentista 6,1 prosenttiin vuoteen 2040 mennessä. (Tilastokeskus 2008; Valta 2008, 13). Väestön ikääntyminen asettaa suuret haasteet kunnille vastata ikääntyvien palveluiden tarpeeseen. Ikääntyneiden päivätoiminta ennaltaehkäisevänä toimintana on siten perusteltua.

Ikääntyneet ovat voimavaroiltaan, tarpeiltaan ja odotuksiltaan erilaisia. Heidän elämänkulkunsa vaiheet vaikuttavat siihen, millaisia he ikääntyneinä ovat ja millainen heidän hyvinvointinsa ja terveytensä on. Ikääntyneet tulisikin nähdä yhdenvertaisina kansalaisina ja toimijoina, ei pelkästään avun tarvitsijoina. (Björkstед & Kautto 2010, 6–7).

Tiedonhankinnassa perehdyimme Pitkäsen ja Vallan (2007) opinnäytetyöhön ***Innostamalla osallisuuteen***. Työn tutkimuksellinen tavoite oli aktivoida syrjäytymisvaarassa olevien, kolmannen iän ihmisten, osallisuutta arjen rikastamiseksi sosiokulttuurisilla menetelmillä vertaisryhmässä Palvelutalo Akuliinassa Siilinjärvellä. Teoria vaikutti työhömme sopivalta. Sosiokulttuurisella työmenetelmällä on ollut useita erilaisia hankkeita koskien ikääntyvien elämänlaadun parantamista. Opinnäytetyömme toimii jatkona Pitkäsen ja Vallan työlle.

2 IKÄÄNTYNEIDEN HYVINVOINTI

Sosiaali- ja terveydenhuollossa tavoite on tukea ikääntyneiden autonomiaa ja kotona selviytymistä. Arjessa selviytymiseen ja tyytyväisyyden kokemiseen ihmisen on oltava fyysisesti ja psyykkisesti tasapainoinen ja sosiaalisesti aktiivinen. Ikääntyminen tuo muutoksia näihin osa-alueisiin. (Marin 2003, 18–19; Vanhustyön keskusliitto 2005, 8.) Tässä työssä päivätoiminnan kohderyhmään kuuluvat yksinäisyydestä kärsivät ikääntyneet.

Ikääntyneiden terveyttä uhkaaviksi riskeiksi on todettu olevan yksinäisyyden ja turvattomuuden tunteet. Sanan **yksinäisyys** synonyymeja ovat tunne yksinäisyydestä ja yksin oleminen ja se voidaan rinnastaa sosiaaliseen eristäytyneisyyteen ja yksin asumiseen. Yksinäisyys on kokemuksellinen tila. Se voidaan jakaa sekä emotionaaliin että sosiaaliseen näkökulmaan. Emotionaalinen yksinäisyys on tunnesidonnainen, viitaten esimerkiksi läheisyyteen ja välitetyksi tulemiseen. Sosiaalisella yksinäisyydellä tarkoitetaan sosiaalisen verkoston puutteellisuutta tai ulkopuolisuuden tunnetta sosiaalisessa yhteisössä; ihminen voi siis tuntea yksinäisyyttä, vaikka hän olisi-kin ihmisten ympäröimä. Yksinäisyys voi olla myös tietoinen ja toivottukin valinta ja siten kokemuksena positiivinen, vaikka tavallisesti yksinäisyys nähdään epämiellyttävänä asiana, kuten tässä työssä. (Vanhustyön keskusliitto 2005, 8.)

Ikääntynyt voi selvitä arjessa kotonaan, mutta kotona asuminen voi olla yksinäistä. Iän tuoma mahdollinen toimintakyvyn lasku yhdistettynä yksinäisyyteen, voi kokemuksena ilmetä tarpeettomuuden tunteena. Ikääntyneiden on hankalampi pitää yllä sosiaalisia yhteyksiä ikääntymisen, liikuntarajoitusten ja sairauksien takia. Haja-asutusalueilla asuvilla kontaktien ylläpitäminen on hankalaa, sillä esimerkiksi lähinaapureita ei välttämättä ole, omaiset ja läheiset asuvat kaukana ja kulkuyhteydet ovat huonot. Usein tärkeä yksinäisyyden tunnetta ehkäisevä tekijä on oma puoliso ja muut läheiset ihmiset. Sosiaalisten yhteyksien määrä harvenee ikääntymisen myötä, esimerkiksi omaan ikäryhmään kuuluvien menehtyminen on merkittävä tekijä yksinäisyydelle. Mahdolliset pitkät sairaalajaksot sekä laitosasuminen myös vähentävät sosiaalista osallistumista. (Vanhustyön keskusliitto 2005, 9–10.)

Sosiaalinen osallistuminen voidaan selittää sosiaalisen toimintakyvyn määritelmällä. Yksilötasolla määritelmä tarkoittaa vuorovaikutussuhteita ja aktiivista osallistumista yhteiskunnassa ja omassa yhteisössä, jonka avulla yksilö voi oppia hahmottamaan omat mahdollisuutensa toimia ympäristössä. Ryhmätasolla määritelmä tarkoittaa ih-

misten välisiä suhteita. (Rissanen 1999, 40.) Sosiaalisella osallistumisella ehkäistään yksinäisyyden tunnetta. Ihmisen voimavarat arjessa selviytymiseen kasvavat kun yksilö voi tuntea olevansa osa yhteisöä. Päivätoiminnalla voidaan tukea tätä käsitystä, sillä osallistumalla päivätoimintaan ikääntyneet pääsevät kontaktiin omaa ikäpolveaan edustavien ihmisten kanssa. On todettu, että juuri ikätovereiden merkitys yksinäisyyden lievittämisessä on suurempi kuin esimerkiksi lasten tai sukulaisten. (Vanhustyön keskusliitto 2005, 10; Pitkänen & Valta 2007, 6.)

Kognition heikkenemisen on väitetty olevan yhteydessä haluun eristäytyä. Väitettä perustellaan sillä, että kognition heikentymisen seurauksena sosiaalisen kyvykkyyden heikentyminen ilmenee välttämisen haluna ja voi johtaa haluun eristäytyä. Sosiaalisen eristäytymisen, kognitiivisen heikkenemisen ja dementian yhteyttä onkin tutkittu ja sillä on todettu olevan syy-yhteys. (Vanhustyön keskusliitto 2005, 11.) Sosiaalipedagogiikkaan liittyvä teoria sosiokulttuuristen menetelmien käytöstä liittyy kiinteästi ajatukseen sosiaalisesta osallisuudesta.

2.1 Ikääntyneet Siiliset -alueella

Tilastokeskuksen väestöennuste Siiliset-alueella vuoteen 2025 on ikääntyneiden osalta nousujohteinen. Ennusteen mukaan esimerkiksi Siilinjärvellä 75–84-vuotiaiden määrä tulisi kaksinkertaistumaan, ja yli 85-vuotiaiden määrä olisi jo lähes kolminkertainen vuonna 2025 (liite 3). Myös Nilsiän ja Maaningan väestössä ikääntyvien yli 65-vuotiaiden osuus tulisi ennusteen mukaan kasvamaan. Vuonna 2025 yli 65-vuotiaiden osuus Nilsiässä olisi jo noin kolmasosa koko kaupungin väestöstä ja Maaningalla noin neljäsosa koko kunnan väestöstä (liite 3.)

3 KOTONA ASUMISTA TUKEVA TOIMINTA

3.1 Päivätoiminta

Päivätoiminnasta ei ole olemassa selkeää määritelmää. Aineistoa kootessamme havaitsimme, että Sosiaalihuollituksen määritelmä päivätoiminnasta (vuodelta 1988) toistui useissa lähteissä. Sosiaalihuolto (Viramo 1998, 13) on määritellyt päivätoiminnan monipuoliseksi päiväkeskustoiminnaksi, jonka tavoitteena on hoidon ja muun virikkeellisen toiminnan avulla auttaa ja tukea ikääntyneitä selviytymään kotiloissa sekä säilyttämään toimintakykynsä myöhempien elinvuosien aikana.

Ihmisellä on oikeus hyvinvointia ja terveyttä edistäviin palveluihin ikään ja kulttuuriin katsomatta. Yhteiskunnallisten tavoitteiden saavuttaminen ikääntyneiden hoitotyössä, kuten laitospaikkojen vähentäminen ja ikääntyneiden kotona selviytyminen, vaatii innovatiivisten ja tavoitteellisten suunnitelmien laatimista. Itsenäisen kotona selviytyminen ja hyvän elämänlaadun säilyttäminen on paitsi yhteiskunnallisesti kannattavampaa, myös toiveena ikääntyneille myöhemmällä iällä. (Ahonen & Bukis 2008, 4; Laukkanen 2003, 258.)

Päivätoimintaan kuuluvaksi luetaan muun muassa:

Aterian-, kylvetys- ja hygieniapalveluita, jalkojenhoitoa, sosiaalista ryhmä- ja viriketoimintaa, toimintaterapiaa ja askartelutoimintaa, ryhmäliikuntaa, yksilökohtaista fysioterapiaa tai muuta kuntoutusta, apuvälineiden tarpeen arviointia ja käytön opettamista sekä päivittäisten toimintojen harjoittelua. Tarvittaessa suoritetaan lääke- ja sairaanhoidollisia toimenpiteitä, hammashuoltoa sekä sosiaalityötä ja muuta neuvontaa. (Viramo 1998, 13.)

Ikääntymistä ja ikääntyneiden toimintakykyyn vaikuttavia tekijöitä on tutkittu paljon. Nykyään on näyttöä siitä, että päivätoiminnalla on positiivisia vaikutuksia ikääntyneiden hyvinvointiin ja päivittäisistä toiminnoista selviytymiseen. (Laukkanen 2003, 258; Voutilainen 2009, 19–20.) Päivätoiminta on myös sosiaalista kanssakäymistä, joten sillä voidaan ehkäistä yksinäisyyttä ja tuoda vaihtelua ikääntyneiden arkeen. Päivätoiminnan tavoitteena on ylläpitää ikääntyneiden ihmisten terveyttä, toimintakykyä ja henkistä vireyttä. (Björkstедt & Kautto 2010, 7–8; Saarenheimo 2003, 11, 34.)

Päivätoiminnan järjestämisellä saadaan helpotusta myös omaisten työhön (esimerkiksi omaishoitajan vapaapäivä). Päivätoiminta sivuaa kuntoutuksen käsitettä. (Ikonen & Julkunen 2008, 15–19; Pihala & Poutanen 2000, 15.) Kuntoutuksella voidaan kohentaa ikääntyneiden toimintakykyä, edistää terveyttä ja antaa heille voimavaroja elämän hallintaan. Geriatriassa kuntoutus nähdään pitkäjänteisenä ja suunnitelmallisena yhteistyönä, joka tukee ikääntyneen yhteiskuntaan osallistumista ja arjessa selviytymistä. Kuntoutuksena voidaan käyttää erilaisia menetelmiä, joihin päivätoimintakin voidaan sisällyttää. Kuntoutuksessa tärkeintä on kuntoutujan oma osallisuus ja motivaatio kuntoutustoimintaan. (Mäkelä, Karisto, Valve & Fogelholm 2008, 609; Pitkälä, Valvanne & Huusko 2010, 438.)

3.2 Päivätoimintaa ohjaavat lait

Päivätoimintaa ja sitä ohjaavia työntekijöitä, sekä päivätoimintaan osallistuvia ohjaavat muuan muassa seuraavat lait:

Suomen perustuslaki (731/1999), jossa määritellään ihmisen perusoikeudet. Näitä ovat esimerkiksi yhdenvertaisuus, oikeus elämään sekä henkilökohtaiseen vapauteen ja koskemattomuuteen, yksityiselämän suojaan, sananvapauteen ja oikeus sosiaaliturvaan. Perustuslaki on pohja kaikelle lainsäädännölle. **Sosiaalihuoltolaki** (710/1982), jolla tarkoitetaan sosiaalipalveluja, toimeentulotukea, sosiaaliavustuksia, sosiaalista luottoa ja niihin liittyviä toimintoja, joiden tarkoituksena on edistää ja ylläpitää yksityisen henkilön, perheen sekä yhteisön sosiaalista turvallisuutta ja toimintakykyä.

Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (812/2000), jolla pyritään asiakkaan yksilöllisyyteen ja asiakassuhteen luottamuksellisuuteen. Laki oikeuttaa henkilön hyvään palveluun sekä kohteluun. Asiakkaan yksityisyyttä on kunnioitettava ja ihmisarvoa ei saa loukata. Jokaisella ihmisellä saa olla omat vakaumuksensa, uskontonsa, toivomuksensa, tarpeensa, mielipiteensä ja heidän itsemääräämistään on kunnioitettava. Laki painottaa myös, että jokaisella ihmisellä on oikeus osallisuuteen ja oikeus vaikuttaa itseä koskeviin palveluihin.

Laki terveydenhuollon ammattihenkilöistä (559/1994), jonka tarkoituksena on edistää potilasturvallisuutta sekä terveydenhuollon palvelujen laatua varmistamalla, että tässä laissa tarkoitettulla terveydenhuollon ammattihenkilöllä on ammattitoiminnan edellyttämä koulutus, muu riittävä ammatillinen pätevyys ja ammattitoiminnan edellyttämät muut valmiudet järjestämällä terveydenhuollon ammattihenkilöiden val-

vonta terveyden- ja sairaanhoidossa helpottamalla ammatillisesti perusteltua terveydenhuollon ammattihenkilöiden yhteistyötä ja tarkoituksenmukaista käyttöä. **Henkilötietolaki** (523/1999), jonka tarkoituksena on yksilön yksityiselämän suojaaminen ja yksityisyyden suojan turvaaminen. Laki on laadittu siksi että henkilötietoja käsiteltäisiin asianmukaisesti.

Kansanterveyslaki (66/1972), jolla tarkoitetaan yksilöön ja hänen elinympäristöönsä kohdistuvaa terveydenhuoltoa ja yksilön sairaanhoitoa sekä niihin liittyvää toimintaa, jonka tarkoituksena on väestön terveydentilan ylläpitäminen ja edistäminen. **Työturvallisuuslaki** (738/2002). Lain tarkoituksena on edistää ja parantaa työympäristöä ja työolosuhteita työntekijöiden työkyvyn turvaamiseksi ja ylläpitämiseksi, sekä ennaltaehkäistä ja torjua työtapaturmia, ammattitautoja ja muita työstä ja työympäristöstä johtuvia työntekijöiden fyysisen ja psyykkisen terveyden haittoja. Sosiaali- ja terveysministeriön on laatinut **Ikäihmisten palvelujen laatusuosituksen** (2008), jonka tavoite on edistää ikääntyneiden hyvinvointia ja antaa päättäjille suuntia ikäihmisten laadukkaiden palveluiden järjestämiseen sekä vanhustyön kehittämiseen.

4 SOSIOKULTTUURINEN INNOSTAMINEN

Sosiokulttuurisella innostamisella on kasvatuksellinen päämäärä. Yksilötasolla tavoite on auttaa ihmistä löytämään ja toteuttamaan itseään ja osallistumaan yhteisön elämään. Yhteenkuuluvuus alkaa ryhmän muodostamisesta, jossa yksilöt hyväksytään omana itsenään ja niillä taustoilla joita ihmisellä on. Ryhmän kehitys on riippuvainen yksilöistä itsestään ja heidän kyvyistä rakentaa ja kehittää yhteisöä. Ryhmässä toimiminen vahvistaa tunnetta siitä, että yksilö kuuluu johonkin. (Hämäläinen & Kurki 1997, 205.)

Sosiokulttuurinen innostaminen on tavoitteellista toimintaa, joka suuntautuu transformoimaan sekä yksilöllisiä että kollektiivisia asenteita sellaisten sosiaalisten, kulttuuristen ja vapaa-ajan toimintojen välityksellä, jotka on toteutettu ihmisten osallistumisen avulla. (Hämäläinen & Kurki 1997, 204.)

Sosiokulttuurinen innostaminen muodostuu sanoista sosio, kulttuuri ja innostaminen. Sosio tarkoittaa ihmisten välistä inhimillistä vuorovaikutusta, kulttuuri on arkipäivän toimintaa, oman kulttuurin luomista. Innostaminen on ihmisen ja yhteisön muutosvoimien käynnistämistä, muutoksen pedagogiikkaa. Kasvatuksellisella toiminnalla tavoitellaan ihmisen persoonallista kehittymistä, asenteiden muutosta, kriittisen ajattelun syntymistä, oman vastuun tiedostamista, herkistämistä ja motivaation heräämistä. (Pitkänen & Valta 2007, 9–10.)

Ryhmässä, joissa sosiokulttuurisia menetelmiä käytetään, toimii myös niin sanottuja innostajia. Innostajien tehtävä on osaltaan auttaa yksilöitä löytämään erilaisia vuorovaikutuksen ja yhteisen ymmärryksen keinoja. (Hämäläinen & Kurki 1997, 205). Innostajien tärkein tehtävä on ryhmien tukeminen. Kyse ei ole siitä, että innostajat toimitivat kulttuurin välittäjinä, vaan osallistumalla itse ihminen kehittyy ja rakentaa omaa kulttuuriaan.

Kulttuurisia innostamisen tapoja ovat muun muassa yhteisötaide, harrastajateatteri, tanssi, musiikki, kädentaidot ja kirjallisuus. Niillä tavoitellaan erityisesti luovuuden ja yleensä monipuolisen ilmaisuuden kehittymistä ja siirretään kulttuuriperinteitä. Vapaa-ajan virkistäytyminen taas voi suuntautua liikuntaan, luontoon ja erilaisiin elämyksiin. Mielipiteiden ja kokemusten jakaminen on suotavaa heti tapahtumien jälkeen. (Pitkänen & Valta 2007, 9, 12.)

Sosiokulttuuristen menetelmien tavoitteena on saada aikaan muutos, joka vaikuttaa yksilön päivittäiseen elämään. Muutosta tapahtuu sellaisilla positiivisilla toiminnoilla, kuten kulttuurisella, sosiaalisella ja vapaa-ajan aktiviteeteilla, joihin ihmiset ryhtyvät vapaasta tahdostaan. Innostamisen syvin olemus on aikaansaada sosiaalista kasvua ja kehitystä siinä yhteisössä jossa ihmiset ovat. (Hämäläinen & Kurki 1997, 203–204.)

Sosiokulttuurisen innostamisen teoria uskoo persoonan kykenevän refleктоimaan, dialogiin ja tekemään päätöksiä. Teoria uskoo ryhmään, sillä ihmisen ajatellaan kehittyvän dialogisen suhteen kautta. Loppujen lopuksi sosiokulttuurinen innostaminen tavoittelee yksilöiden ja ryhmien elämän laadun parantamista, erityisesti syrjäytymisuhan alla olevien integroimista yhteiskuntaan ja sosiaaliseen, yhteisölliseen elämään. (Hämäläinen & Kurki 1997, 206–207.)

5 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TEHTÄVÄT JA TAVOITTEET

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli järjestää päivätoimintaa ja soveltaa sosiokulttuurisia menetelmiä ikääntyneille Palvelukeskus Risuharjussa. Kohderyhmänä olivat yksinäisyydestä kärsivät, itsenäisesti tai apuvälineillä liikkuvat ikääntyneet, joista osa oli kotihoidon asiakkaita.

Opinnäytetyön tehtävät

- 1) Järjestää päivätoimintaa tammi- ja helmikuun 2011 aikana viisi kertaa ikääntyneille Palvelukeskus Risuharjussa.
- 2) Soveltaa päivätoiminnan järjestämisessä sosiokulttuurisia menetelmiä.
- 3) Havainnoida ryhmäläisten välistä vuorovaikutusta ja ryhmässä toimimista.
- 4) Toimia ryhmän ohjaajina ja innostajina sekä tukea ryhmää.
- 5) Kirjoittaa raportti päivätoiminnan järjestämisestä.

Tavoitteena oli edistää ikääntyneiden sosiaalista osallistumista, sekä vuorovaikutusta ryhmässä. Osatavoite oli tukea ja kehittää järjestävän yksikön toimintaa. Ajatuksena oli, että sosiokulttuuristen menetelmien käyttö loisi uusia mahdollisuuksia ja ideoita päiväkeskustoiminnalle. Toiminnan tuli olla ikääntyneille mielekästä ja hyödyllistä, sekä asiakaslähtöistä, huomioiden osallistujien toiveet ja ajatukset toiminnan sisällöstä. Työmme aineisto koostuu päivätoimintaryhmän palautteesta, sekä omista havainnoistamme ryhmän ohjaajina. Aineiston analysointi toteutettiin ohjaajien kesken pariskeskusteluna toiminnan jälkeen, josta olennaiset asiat kirjattiin. Suullisen ja kirjallisen palautteen kirjasimme ja tärkeimmät asiat ovat esillä raportissa. Työmme on jatkotutkimus sosiokulttuuristen menetelmien käytöstä ikääntyvien elämänlaadun parantamisessa. Koottua raporttia voidaan hyödyntää nykyisessä päiväkeskustoiminnassa Siilinjärvellä, sekä Maaningalla, kun päivätoiminnan aloittaminen siellä on ajankohtaista ja resursoitua.

6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

6.1 Päivätoiminta palvelukeskus Risuharjussa

Työmme oli toiminnallinen opinnäytetyö ja toimeksiantajamme oli Siiliset-peruspalvelukeskus. Työmme teorian taustalla on aiemmin julkaistua tutkittua tietoa sekä vastaaviin teorioihin liittyviä hankkeita. Työmme on lisätutkimus sosiokulttuuristen menetelmien käytöstä ikääntyneiden elämänlaadun parantamisessa. Toiminnallisesta työstä kokosimme kirjallisen raportin.

Toiminnallisuus työssämme tarkoitti sitä, että järjestimme päivätoimintaa Palvelukeskus Risuharjussa, johon sovelsimme sosiokulttuurisia menetelmiä. Päivätoiminnan henkilökunnalle teoria sosiokulttuurisesta innostamisesta oli uusi, eikä kyseisen mallin mukaista päivätoimintaa ollut aiemmin järjestetty. Tavoitteena oli saada kehitettyä päivätoimintaa Risuharjussa asiakaslähtöisemmäksi.

Alkuperäisen suunnitelman mukaan aioimme suunnitella ja järjestää päivätoimintaa Maaningalle vuoden 2011 alusta. Ajatuksena oli koota arviolta kahdeksan henkilön ryhmä ikääntyneistä Maaningan kotihoidon asiakkaista, järjestää päivätoimintaa noin kymmenen kertaa ja soveltaa päivätoiminnan sisällössä sosiokulttuurisia menetelmiä. Olosuhteiden pakosta jouduimme luopumaan tästä ajatuksesta, koska määrärahoja päivätoiminnan aloittamiseen Maaningalle ei ollut. Keskustelimme toimeksiantajan kanssa tilanteesta ja mahdollisuudesta toteuttaa alkuperäistä suunnitelmaa jossakin muualla Siiliset-alueella. Toimeksiantajan mielestä oli mahdollista, että toimintamme kohdentuisi jo olemassa olevaan ryhmään Siilinjärvellä Palvelukeskus Risuharjussa.

Päivätoimintaa Palvelukeskus Risuharjussa järjestettiin maanantaista perjantaihin. Toiminta jakautuu eri päivinä avoimiin ryhmiin, joiden tarkoitus oli tukea omahoitajia, sekä kohdennettuihin ryhmiin, esimerkiksi muistiryhmiin. Toimintaa järjestettiin aamusta iltapäivään (kello 9–15 välillä). Toimeksiantajan suosittelema ryhmä kokoontui maanantaisin. Päivä alkoi kello 8.30 aamiaisella, jonka jälkeen vaihtoehtoista toimintaa oli kello 9.30–11.30. Tämän jälkeen palvelukeskuksella oli lounasaika. Lounaan jälkeen oli mahdollisuus lepo hetkeen tai vaihtoehtoisesti toimintaan. Kello 14.00 ryhmäläisille tarjottiin päiväkahvi. Tämän jälkeen ryhmäläisten päivä saatettiin loppuun, esimerkiksi lauluun tai keskusteluun. (Parviainen 2010.)

6.2 Päivätoiminnan aloittaminen

Toiminta alkoi 10.1.2011 niin, että kävimme sovitusti tutustumassa ryhmään. Esittäydymme ja esittelimme työmme taustaa ja tarkoitusta. Tutustuimme samalla päivätoimintakeskukseen ja sen tiloihin ja materiaaleihin. Samalla ideoimme tulevaa toimintaa ja teimme suunnitelmarunkoa tulevia kertoja varten. Ryhmä kokoontui virallisesti ensimmäisen kerran 24.1.2011.

Alkuperäisestä suunnitelmasta poiketen järjestimme toimintaa viisi kertaa. Toimintakertojen supistaminen johtui siitä, että aikaisemman suunnitelman mukaan toiminta olisi alkanut jo vuoden 2010 lopulla tai vuoden 2011 alusta. Tuolloin aikaa toiminnan järjestämiseen olisi ollut enemmän ja ryhmän olisi ollut mahdollista kokoontua useammin kuin kerran viikossa. Toimintamme nykyisen ryhmän kanssa käynnistyi varsinaisesti tammikuun lopussa vuonna 2011.

Sovimme, että ryhmä kokoontuu jatkossakin maanantaisin samaan aikaan. Ryhmä oli kooltaan kahdeksan henkilöä; viisi naista ja kolme miestä. Ryhmäläiset olivat iältään yli 65-vuotiaita. Jokaisella oli taustallaan oma työhistoriansa; kolme heistä oli työskennellyt maanviljelijänä, yksi koulun keittäjänä, yksi talonmiehenä, yksi sairaala-apulaisena ja yksi opettajana. Yksi ryhmäläisistä oli inkerinsuomalainen ja puhui huolesti suomea, mutta ymmärsi suomen kieltä.

6.3 Päivätoiminnan toteuttaminen

Suunnittelimme, että päivätoiminnan sisältö olisi ryhmäläisten omista ajatuksista ja toiveista nousevaa. Tilanteessa toimimme niin sanottuina innostajina ohjaten ryhmäläisiä luomaan ajatuksia mielekkäästä arkisesta toiminnasta, esimerkiksi keskustelun avulla. Ei voida sanoa, että tietty ajatus jostakin toiminnasta saisi ihmisen innostumaan, vaan asia on toteutettava, jossa me innostajina olisimme toimeenpanijoina. Innostajina meidän tehtävämme oli saada yksilöt toimimaan ryhmässä tehden yhteistyötä, esimerkiksi ongelmanratkaisuihin tai muissa yhteistyötä vaativissa tilanteissa. Pyrimme luomaan sellaisia tilanteita, joissa ryhmäläiset joutuivat esimerkiksi keskustelemaan keskenään tai antamaan palautetta toisilleen.

Toiminnalle asettamamme kriteerit olivat, että ryhmäläiset joutuvat olemaan vuorovaikutuksessa keskenään ja että toiminta huomioisi jokaista ryhmäläistä mahdollisimman hyvin, tarkoituksenaan edistää ryhmäytymistä. Aloituskerralla keskustelimme ryhmän kanssa millaiselle toiminnalle olisi kiinnostusta. Oletettavasti toiveiden esit-

täminen valmistautumatta muodostui ryhmäläisille vaikeaksi. Esitettyjä toiveita pyrimme huomioimaan parhaamme mukaan huomioiden toimitilat ja resurssit.

Jotta toiminta olisi johdonmukaista, ajattelimme, että järjestettävä toiminta rakentuisi eri päivinä erilaisen teeman ympärille. Teemoiksi ajattelimme esimerkiksi musiikin, ilmaisutaidon, muistelun, askartelun, ruoan, pelit, elokuvat ja liikunnan. Asiassa huomioimme ryhmäläisten omat toiveet ja ideat teoreettisen viitekehyksen mukaan. Saimme luvan järjestää myös palvelukeskuksen ulkopuolisen käynnin, johon päivätoimintakeskuksella oli varattuna rahaa. Järjestelyistä keskustelisimme ryhmäläisten ja henkilökunnan kanssa ja mahdollisista kustannuksista tiedottaissimme osallistujia etukäteen.

Tehtävämme oli seurata ja havainnoida yhteisöä, sitä miten kukin osallistuu ja on vuorovaikutuksessa. Yhteisöstä tuli saada sellainen, jossa jokainen voi ja uskaltaa olla omana itsenään ja kehittyä ryhmän avulla sosiaalisesti toimijaksi. Vastuumme oli huomioida ryhmä niin, että jokainen sai osallistua ja olla mukana tasavertaisena yksilönä sallivassa ilmapiirissä. Jokaisen kokoontumisen jälkeen arvioimme ryhmäläisten osallisuutta havaintoihimme liittyen, hyödyntäen Pitkäsen ja Vallan (2007) arviointikaavaketta (liite 1). Arvioimme osallistumista kokonaisuutena keskustelemalla, milaista ryhmätoiminta oli ryhmä- ja yksilötasolla.

Toimintakertojen ohjelmaa suunnittelimme edellä mainitut kriteerit huomioiden. Toimintakertojen teemoiksi kronologisessa järjestyksessä muodostuivat musiikki, pelit, muistelu, ystävänpäivä ja luova tekeminen. Aikaa varsinaiselle toiminnalle oli kello 9–15. Noin kello 12 ryhmäläiset pitivät ruokataun. Toiminta muodostui muutamasta tunnista päivän aikana. Loppupäivästä ryhmäläisillä oli mahdollisuus tehdä muuta päiväkeskuksella tapahtuvaa toimintaa halutessaan, kuten verstaalla tapahtuvaa käsityötä, tai pitää lepotaukoa.

6.4 Päivätoiminnan tulokset

Opinnäytetyömme on samankaltainen kuin Pitkäsen ja Vallan (2007) tekemä opinnäytetyö. Osatavoite olikin soveltaa sosiokulttuuristen menetelmien käyttöä ikääntyneiden päivätoiminnassa. Menetelmien valinnassa emme noudattaneet valmista toimintamallia, vaan loimme oman suunnitelman perustuen ryhmäläisten toiveisiin ja iän mukaiseen ja näennäiseen toimintakykyyn.

Toiminnan järjestämisen ja suunnittelun tekivät haastavaksi se, että ryhmäläiset olivat iältään ja toimintakyvyltään erilaisia; osalla ilmeni hankaluuksia liikkumisessa ja hienomotoriikassa. Ryhmäläiset, joilla oli ongelmia liikkumisessa, eivät innostuneet sellaisista toiminnoista, joissa oli tarve liikkua (esimerkiksi tanssiminen). Tanssiminen oli ryhmäläisten toiveena, mutta toimintaa toteutettaessa ryhmäläiset eivät olleet halukkaita ryhtymään toimintaan. Jouduimme ohjaajina improvisoimaan ja korvaamaan toiminnan muulla tilanteeseen soveltuvalla toiminnalla.

Toimintakertojen jälkeen pidimme palautekeskustelun toimintaan ja tuntemuksiin liittyen ryhmän kesken ja keräsimme myös yksilöllistä palautetta. Keräsimme palautetta sekä suullisesti että kirjallisesti. Yksilöllinen palaute oli syytä huomioida siksi, että ryhmässä palautetta ei välttämättä uskalleta sanoa ääneen. Viimeisellä toimintakeralla toivoimme jokaiselta ryhmäläiseltä kirjallista palautetta, jota varten suunnittelimme valmiin kyselylomakkeen (liite 2), jonka suunnittelussa käytimme apuna Pitkäsen ja Vallan (2007) tekemää kyselylomaketta. Muokkasimme kysymykset vastaamaan paremmin omia tarpeitamme. Ajattelimme myös yksilöhaastattelua, mutta päätimme luopua ajatuksesta, sillä mielestämme saimme palautetta riittävästi. Jokaisen kerran jälkeen saimme palautteen perusteella kuvan siitä, miten toiminta oikeasti onnistui. Palautteeksi luimme myös omat havaintomme ryhmäläisistä ja heidän osallisuudestaan toimintaan ja mielialastaan toiminnan aikana.

Ensimmäiseksi teemaksi muodostui musiikki. Ryhmällä oli tapana laulaa lauluja päivän aikana ja päättää toimintakerta niin sanottuun loppulauluun. Laulaminen oli ryhmän mieleen ja ajattelimme musiikki-teeman olevan heille mieleinen. Pidimme ryhmälle levyraadin ajatuksena, että musiikki muodostaisi aikajanan, alkaen 1950-luvun musiikista edeten 2000-luvulle ja tähän päivään. Ryhmäläisten oli mahdollista arvostella musiikkia ja kommentoida vapaasti. Ryhmäläiset pitivät musiikin kuuntelusta. Musiikin ajallinen vertailu loi keskustelua ryhmän kesken. Ryhmäläiset myös mielellään arvostelivat musiikkia (kouluarvosanoin neljästä kymmeneen) ja kertoivat mielipiteitään. Luonnollisesti kaikesta musiikista ei pidetty, mutta tätä osasimme odottaa jo aloitusvaiheessa. Kappaleina käytimme sekä kotimaista että ulkomaista musiikkia. Levyraadin päätyttyä ryhmässä oltiin sitä mieltä, että levyraadissa olisi pitänyt soittaa pääasiassa suomenkielisiä kappaleita.

Nykyinen jazz- ja rockmusiikki on edelleenkin vierasta. Sen sijaan oman nuoruuden ja sota-ajan musiikki on tutumpaa.

Toiseksi teemaksi muodostuivat pelit ja erilaiset tehtävät. Tämä oli ryhmän puolesta tullut toive saada ongelmanratkaisukykyä vaativaa toimintaa. Pelit olivat mielikuvitusta ja yhdistelykykyä vaativaa ja osin niitä voitiin tehdä ryhmässä. Osa ryhmästä innostui ongelmanratkaisusta, sillä he itsekkin tiedostivat ikääntymisen tuomat muutokset kognitiivisissa kyvyissä. Osalla taas oli lieviä hankaluuksia tämän kaltaisissa toiminnoissa, jolloin kannustamista ja ohjeistamista kaivattiin. Tällaista toimintaa ryhmäläiset olisivat halunneet enemmänkin.

On hyvä. Aivosolut on hyvä ”työllistää”. Onhan psyykkinen kunto yhtä tärkeää kuin fyysinenkin ikäihmisistä puhuttaessa.

Muistelu liittyi vapaaseen kerrontaan omista kokemuksista. Ryhmäläiset keskustelivat muutenkin paljon erilaisista ajankohtaisista asioista ja elämän varren tapahtumista, joten oma nuoruus ja muut elämään liittyvät asiat ryhmäkeskusteluna vaikuttivat hyvältä. Päivän teemaan kuuluivat myös erilaiset kysymyskortit, joissa kysymykset olivat henkilökohtaisia liittyen esimerkiksi omiin mieltymyksiin tai toiveisiin. Kysymyksiin jokainen vastasi itse ääneen. Varsinainen muisteluhetki oli melko lyhyt, eikä herättänyt innostusta. Kysymykset olivat kuitenkin ryhmäläisten mieleen. Joillekin oli hankaluuksia vastata joihinkin kysymyksiin; niistä ei ollut joko mielipidettä tai niihin ei osattu vastata. Ryhmällä oli kuitenkin hauskaa, sillä ryhmä suhtautui toimintaan huumorilla, eikä henkilökohtaisiakaan kysymyksiä otettu liian vakavasti.

Onhan hyvä palauttaa mieliin nuoruusmuistoja. Ovathan ne niin oleellinen osa elämäämme, niin mukavat kuin ikävätkin.

Yksi toimintakerroista oli ystävänpäivänä, johon kehitimme erikoisempaa toimintaa ystävänpäivän teeman mukaisesti. Leivoimme kahdessa ryhmässä, naiset ja miehet erikseen. Ajattelimme, että teeman mukaisesti miehet leipovat naisille ja naiset miehille. Loppuajasta suunnitelmissa oli pitää tanssit, josta ryhmä oli esittänyt toiveen jo aiemmin. Tansseihin ryhmäläiset eivät kuitenkaan innostuneet, sillä monet olivat sitä mieltä, ettei liikkuminen onnistunut. Lopuksi pidimme kahvihetken, jossa ryhmäläiset saivat nauttia itse valmistamistaan leivonnaisista. Naisille toiminta oli erittäin mieleistä. Joillakin oli alussa epävarmuutta kykyihinsä, mutta ryhmässä naispuoliset tukivat toisiaan ja toiminta osoittautui hyvin mukavaksi. Miehille toiminta ei herättänyt innostusta, mutta ohjeistettuna he osallistuivat toimintoihin.

Hauskaa oli leipoa yhdessä.

Viimeisen kerran ohjelmassa oli tarkoitus käyttää luovuutta ja mielikuvitusta. Ajatuksena oli, että ryhmäläiset saisivat tehdä jotain uutta ja erikoista, sellaista toimintaa, mistä kokemusta ei välttämättä ole. Toiminnan ajatuksena oli soittaa musiikkia, jonka aikana jokainen saisi pitää niin sanotun luovan tauon ja kuunnella omia ajatuksiaan. Tuokio oli kestoltaan noin 30 min, jonka aikana jokaisen tehtävänä oli musiikin avulla mietiskellä ja kuunnella omia ajatuksiaan, joista oli tarkoitus joko kertoa suoraan, maalata tai piirtää mielikuvia paperille. Lopuksi jokainen kertoi oman mietintänsä sisällöstä. Ryhmäläisillä oli epävarmuutta omien kykyjensä suhteen, mutta tässä asiassa painotimme, että valmistuvia teoksia ei ole tarkoitus arvostella, vain tarkastella ja kertoa mielikuvista ja ajatuksista. Ryhmäläisten mielipiteet menetelmästä vaihtelivat. Yhdellä oli hankaluuksia hiljentyä ja ryhtyä ajatustoimintaan. Muilla ajatustuokio loi mielikuvia ja jokainen maalasi kykyjensä mukaan. Joillakin mielikuvia tuli niin paljon, että maalaaminen oli pakko keskeyttää ajan puutteen takia. Kokeiluna menetelmä oli onnistunut, vaikka ryhmästä oli nähtävissä että toiminnan tarkoitus ei selvinnyt ennen kuin varsinaista toimintaa päästiin toteuttamaan.

Kiva oli kokeilla rajojaan.

Vaikka emme olekaan mitään taiteilijoita, on paikallaan, että yritämme tulkita tuntojamme ”taiteen” keinoin.

Vaikka toiminnan tavoitteena oli saada ryhmäläiset innostumaan toiminnoista, tässä tavoitteessa ei aina onnistuttu. Esimerkiksi yhdelle toimintakerralle suunnittelemas- tamme leivontatuokiosta naiset olivat todella innostuneita, mutta miehet eivät asiasta innostuneet juuri lainkaan. Tässä tapauksessa ongelma oli toiminnan sisällössä. Joissakin toiminnoissa jaoimme ryhmäläiset kahteen sekaryhmään, joissa oli sekä miehiä että naisia, ja tuolloin ryhmäläiset innostuivat. Tietyissä toiminnoissa voitiin havaita, että toimintaan osallistuminen ei ollut riippuvainen henkilökemioista.

Hienomotoriikan ongelmat vaikuttivat sellaisiin toimintoihin, joissa tarvittiin käden taitoa (esimerkiksi maalaaminen ja kirjoittaminen). Tämä ilmeni selvimmin kirjallisen palautteen antotaidoissa; palaute saattoi kiteytyä yhteen sanaan tai useampaan lauseeseen. Osa ryhmäläisistä jättikin kirjallisen palautteen antamatta, koska kokivat kirjoittamisen vaikeaksi.

Kognitiivista kykyä vaativissa toiminnoissa (pelit ja ongelmanratkaisu) oli vaikeaa huomioida kaikki ryhmäläiset tasapuolisesti, sillä osalla ihmisistä oli taustalla muisti-

sairauksia. Tämä näkyi passiivisuutena tai luovuttamisena toimintaa kohtaan. Samoin osalla oli epävarmuutta omia kykyjä kohtaan, joka myös ilmeni perääntymisenä.

En minä ossoo, iha liian vaikeeta.

Ryhmässä oli kuitenkin valmiiksi jo hyvä yhteishenki, jolloin ryhmäläiset kannustivat toisiaan sikäli kun toiminnassa ilmeni ongelmia tai epävarmuutta.

Ryhmä on hyvin homogeeninen ja sen sisäinen rakenne on luja, olemme viihtyneet todella hyvin.

Haasteeksi muodostui myös ryhmän monimuotoisuus, sillä ryhmä ei ollut täysin yhtenäinen. Yksi mukana olleista oli Inkerinsuomalainen ja hänellä oli hankaluuksia osata suomen kieltä, joka olennaisesti vaikeutti kommunikointia ryhmässä. Harmittavaa oli myös se, että osa ryhmän jäsenistä vaihtui kesken toiminnan tai joku ryhmäläisistä oli välillä poissa. Koska kaikki ryhmäläiset eivät olleet jokaisella toimintakerralla paikalla, siltä osin palautettakin saatiin vähemmän.

Saimme myös henkilökohtaista palautetta ryhmältä, joka oli kaikin puolin positiivista. Ryhmä toivoikin, että vierailisimme ryhmän luona vapaa-ajallamme, itsellemme sopivana ajankohtana.

Aivan erinomaisia ja tehtäviinsä innostuneita.

Oikein hyvää toimintaa. Erittäin innostavia ja mukavia.

7 POHDINTA

7.1 Luotettavuus ja eettisyys

Työn eettinen lähtökohta on toimeksiantajan myöntämä lupa toteuttaa suunnitelman mukaista päivätoimintaa, sekä päivätoimintaan osallistuvien henkilöiden suostumus toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Toiminnan aloittaminen oli suunniteltua ja aloituskerran oli tarkoitus olla molemminpuolinen tutustuminen ryhmäläisten ja innostajien osalta, sekä informatiivinen työn tarkoituksen ja tavoitteen suhteen. Työmme kunnioittaa päivätoimintaan osallistuvien itsemääräämisoikeutta; jokainen sai päättää osallistumisestaan työhömmme. Varsinaisessa toiminnassa eettisyys toteutui myös niin, että kenenkään ei ollut pakko osallistua kyseenomaiseen toimintaan, vaan jokainen osallistui vapaasta tahdostaan. (ks. Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 23–27.)

Järjestettävässä päivätoiminnassa periaatteena oli, että huomioimme osallistujien toiveet ja suunnittelimme toimintaa niiden mukaisesti. Kaikki toimintaan osallistuvat olivat tasa-arvoisia, jokaisen kyvyt ja toiveet huomioitiin toiminnan sisällössä ja kaikilla oli oikeus antaa palautetta kokemuksistaan ja toiminnasta yleensä. Toiminta suunniteltiin niin, ettei siitä aiheutunut ryhmäläisille haittaa eikä vaaraa. Mahdollisista kustannuksista järjestelyissä (retket tai muut sellaiset) informoitiin ja suunniteltiin koko ryhmän kesken. Huomioimme työssämme myös tietosuoja-asiat. Henkilötiedot pysyivät salaisina ja julkaistavat palautteet pysyivät nimettöminä. (ks. Hirsjärvi ym. 2007, 23–27.)

Luotettavuus työssämme oli suoraan verrannollinen siihen, miten innostajina havainnoimme ryhmän toimintaa ja vuorovaikutuksessa olemista. Havainnointimme oli osallistuvaa, joka tarkoitti sitä, että osallistuimme ryhmäläisille suunniteltuun toimintaan heidän ehdoillaan. (ks. Hirsjärvi ym. 2007, 209–212). Luotettavuuteen vaikutti yhteinen analysointimme ja pohdintamme ohjaajina toiminnan jälkeen, josta lyhyesti kirjassimme pääasiat muistiin. Vuorovaikutuksellisuuden mittaamisessa käytimme havainnointikaavaketta (liite 1). Määrittelimme jokaisen ryhmäläisen lähtötason kaavakkeen portaiden mukaan ja seurasimme tapahtuiko vuorovaikutuksellisuudessa muutosta yksilö- tai ryhmätasolla. Jokaisen toimintakerran lopuksi pidimme palautekeskustelun, jossa jokainen sai esittää oman mielipiteensä päivän toiminnoista. Palautetta sai antaa toiminnan aikana sekä varsinaisessa palautekeskustelussa päivätoiminnan lopuksi ja kirjallista palautetta viimeisen toimintakerran jälkeen. Kirjallista palautetta varten suunnitellun kyselylomakkeen kysymykset pyrittiin muotoilemaan siten,

että ne olivat helposti ymmärrettävissä ja niihin oli helppo vastata (liite 2). Kirjallisen palautteen antaminen oli vapaaehtoista ja palautetta antoi viisi ryhmäläisistä. Olemme myös pyrkineet käyttämään opinnäytetyömme kirjoittamiseen mahdollisimman uusia lähteitä.

7.2 Pohdinta toiminnasta

Toimiessamme innostajina jouduimme olemaan itseohjautuvia. Ohjaajina jouduimme omatoimisesti kehittämään toimintoja ja pohtimaan ryhmäläisten kykyjä suoriutua erilaisista toiminnoista, jotka saattoivat olla ryhmäläisille uusia, ennen kokemattomia asioita. Ryhmänohjaajana toimiminen opetti suunnitelmallisuuden tärkeyttä. Ohjaajina meidän oli varauduttava, että toiminta ei välttämättä toteutunut käytännössä niin kuin alkuperäisesti sen suunnittelimme. Suunnitelmallisuutta oli myös luoda sellaisia toimintoja, jotka ikääntyneet kokevat mielekkääksi. Ohjaajana toimiminen edellyttää myös kykyä opettaa erilaisia toimintoja huomioiden iän tuomat muutokset, muun muassa kuulon ja näön muutokset, liikuntakyky sekä kognitiivinen kyvykkyys. Toimintoja toteuttaessamme pystyimme käyttämään luovuutta sekä suunnittelu- että toteutusvaiheessa.

Työmme tarkoitus ei ryhmää ajatellen toteutunut alkuperäisen suunnitelman mukaisesti. Suunnitelma oli aloittaa toiminta sellaisen ryhmän kanssa, jossa yksilöt eivät välttämättä edes tunteneet toisiaan. Suunnitelman mukaisen ryhmän innostaminen, vuorovaikutussuhteiden havainnoiminen ja sosiokulttuuristen menetelmien toimivuuden osoittaminen olisi uuden ryhmän kanssa ollut erilaista verrattuna valmiiseen ryhmään, jossa ihmiset tunsivat jo toisensa. Samoin yksilöllistä edistymistä sosiaalisuudessa oli hankalampaa havainnoida valmiissa ryhmässä.

Palautteen antamiseen ryhmässä tulee kiinnittää huomiota. Jotta toimintaa voidaan kutsua asiakaslähtöiseksi, on palautteen antamisen mahdollisuus oltava helposti ja vapaasti totutettavissa ja se on huomioitava. Myös toiveissa toimintojen suhteen on oltava vapaus kritiikkiin ja mielipiteisiin. Keskustelua tulee tapahtua koko ryhmän kesken.

Havainnointilomake toimi tässä työssä lähinnä ohjaavana välineenä. Lähtökohtaisesti saimme kuvan siitä millaisella tasolla yksilöt olivat lomakkeen mukaisessa kategoriassa. Pääasiassa yksilöt pysyivät alkuperäisessä kategoriassa. Selvää edistymistä yksilötasolla oli hankala havaita; joillakin lähtökohta oli jo paras mahdollinen. Ryhmäkategoriassa edistyminen oli huomattavaa, sillä ryhmä näyttäytyi olleen enemmän

vuorovaikutuksessa keskenään. Alenemista (vetäytymistä) ei kenenkään kohdalla todettu tapahtuneen.

Tässä työssä toimintakertoja olisi pitänyt olla enemmän. Työssämme kertojen lukumäärää ei voitu lisätä, sillä ryhmä voitiin koota vain kerran viikossa ja aikataulu työmme valmistumiseksi oli tiukka. Jatkotutkimukset sosiokulttuuristen menetelmien käytöstä on suotavaa, sillä menetelmien käyttö on osoittautunut toimivaksi aikaisemmissa tutkimuksissa. Jatkotutkimuksia ajatellen toimintakertojen lukumäärää on syytä pohtia.

Ryhmäläisille olisi voinut teettää niin sanotun ennakkohaastattelun. Haastattelulla olisi voitu kerätä perustietojen lisäksi yksilöiden kiinnostuksen kohteita, muun muassa harrastuksia, omien sen hetkisten kiinnostusten kohteita ja elämän historiaa yleensä. Esimerkkikysymys: Toiminta/asia mitä olen aina halunnut tehdä ja joka tämän hetken toimintakykyni huomioiden on mahdollista? Ennakkohaastattelulla olisi voinut helpottaa ohjaajien työtä ja menetelmien ideointia.

Pohdimme, että olisiko haastatteleamalla voitu sitouttaa ryhmäläisiä mukaan suunniteltuihin toimintoihin paremmin, jos ryhmäläisillä olisi ollut mahdollista ilmaista halunsa useammin. Kysyimme ryhmäläisten mielipiteitä suullisesti päivän alussa ja lopussa, joka ei osoittautunut kovin tuottavaksi. Ideointi tilanteessa oli vaikeaa, mutta sitä kuitenkin tapahtui ja otimme ne huomioon. Ajattelimme, että tässä voisi soveltaa niin sanottua ”reissuvihkoa”, johon henkilö voisi itse täydentää omia mielteitään ja toiveitaan päivätoiminnan suhteen. Esimerkiksi Björkstед ja Kautto (2010) saivat loppupalautteeseensa toiveita toiminnalle. Olisiko näitä mahdollista saada tietoon jo aloitusvaiheessa?

Opinnäytetyömme kautta saimme kokemusta yksilö- ja ryhmäohjauksessa. Harjaannuimme myös suunnittelutaidoissa. Tulevassa työssämme sairaanhoitajina meidän täytyy osata ohjata yksilöitä ja ryhmiä erilaisissa tilanteissa. Tätä ajatellen toimintakerrat olivat arvokkaita kokemuksia. Toiminnan suunnittelu vahvistaa ammatillista kasvuamme sairaanhoitajina siten, että kaiken toimintamme täytyy olla perusteltua ja suunniteltua. Saimme toiminnastamme palautetta suullisesti ja kirjallisesti, mikä osaltaan ohjaa meitä ammatilliseen kehittymiseen myös tulevaisuudessa. Saatu palaute oli positiivista, mikä vahvisti ammatti-identiteettiämme.

8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Työmme puolesta voimme todeta, että päivätoiminnalla voidaan lisätä ikääntyneiden hyvinvointia sosiaalisella osa-alueella, kuten esimerkiksi Niemistö ja Niemistö (2010) ovat opinnäytetyössään todenneet. Päivätoimintaa voidaan suunnitella erilaisten teemojen mukaan ja kokemustemme myötä toiminnan ei tarvitse olla liian rajattua. Havaintoihin perustuen voimme todeta, että toiminnan tulee olla sellaista, josta ikääntyneet saavat onnistumisen ja mukavuuden tunteita. Toiminnan tulee olla myös riittävän yksinkertaista suhteessa ikääntyneiden toimintakykyyn. Yksinkertaisuudella tarkoitetaan sitä, että toiminta voi olla haasteellista, mutta ei liian vaikeaa. Tämä vaatiikin tarkkaa suunnittelua toiminnan suhteen. Toiminnan suunnittelun tulee olla sellaista, että jos ikääntyneet eivät innostu suunnitellusta toiminnasta, sitä täytyy pystyä muuttamaan, jolloin ohjaajilta vaaditaan improvisointikykyä.

Ajatuksemme ja toiveemme siitä, että sosiokulttuurisen innostamisen menetelmän kokeilu loisi uusia mahdollisuuksia ja ideoita päiväkeskustoiminnalle, toteutui. Päiväkeskuksen henkilökunta oli erittäin innostunut menetelmästä ja he aikoivat kokeilla menetelmää alkavissa ryhmissä. Opinnäytetyö on myös hyvin siirrettävissä Maanin-galle, kun siellä päivätoiminta pääsee budjetin salliessa alkamaan. Uuden ryhmän kanssa sosiokulttuurisia menetelmiä on hyvä testata.

LÄHTEET

Ahonen, V. & Bukis, H. 2008. Vanhusten yksinäisyys. Yli 75-vuotiaiden kotona yksin asuvien palvelukeskuksessa käyvien kokemuksia yksinäisyydestä. Helsinki, Diakonia ammattikorkeakoulu, hoitotyön suuntautumisvaihtoehto, opinnäytetyö [viitattu 21.10.2010]. Saatavissa:

http://kirjastot.diak.fi/files/diak_lib/Helsinki2008/ea2a10_ahonenHELSINKIc10516.pdf

Björkstедt, P. & Kautto, T. 2010. Virikkeellistä päivätoimintaa ikäihmisille Koivulassa. Diakonia-ammattikorkeakoulu, Diak Itä Pieksämäki, Sosiaalialan koulutusohjelma, opinnäytetyö.

Henkilötietolaki 22.4.1999/523. Finlex. Lainsäädäntö [viitattu 17.1.2011]. Saatavissa:

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990523>

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. *Tutki ja kirjoita*. Helsinki: Kustannus-osakeyhtiö Tammi.

Hämäläinen, J & Kurki, L. 1997. *Sosiaalipedagogiikka*. Porvoo: WSOY.

Ikonen, E.-R. & Julkunen, S. 2008. *Kehittyvä kotihoito*. 1.– 2. painos. Helsinki: Edita Prima.

Ikäihmisten palveluiden laatusuositus. Sosiaali- ja terveysministeriö ja Kuntaliitto 2008. STM:n julkaisuja 2008:3.

Kansanterveyslaki 28.1.1972/66. Finlex. Lainsäädäntö [viitattu 17.1.2011]. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1972/19720066>

Kavilo, M. 2010. Kotipalveluiden päällikkö. Keskustelu 2.9.2010. Siiliset-peruspalvelukeskus. Siilinjärvi.

Lahti, K.-M. & Väisänen, K. 2010. Parempaa ehtoota odotellen. Toiveet tulevaisuuden ikäihmisten palveluista kunnan luottamushenkilöiden ja hoitohenkilökunnan näkökulmasta. Hämeen ammattikorkeakoulu, Forssa, Hoitotyön koulutusohjelma, opinnäytetyö.

Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 22.9.2000/812. Finlex. Lainsäädäntö [viitattu 17.1.2011]. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2000/20000812>

Laki terveydenhuollon ammattihenkilöistä 28.6.1994/559. Finlex. Lainsäädäntö [viitattu 17.1.2011]. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1994/19940559>

Laukkanen, P. 2003. Toimintakyky ja ikääntyminen – käsitteestä ja viitekehyksestä päivittäistoiminnoista selviytymisen arviointiin. Teoksessa Heikkinen, E. & Rantanen, T. (toim.). *Gerontologia*. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 255–266.

Marin, M. 2003. Johdanto teoriaosaan. Teoksessa Marin, M. & Hakonen, S. (toim.). *Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa*. Juva: WS Bookwell Oy.

Muurinen, S. 2010. Haluatko asua omassa asunnossa? *Sairaanhoitaja* 83 (9) 2010, 10.

Mäkelä, T., Karisto, A., Valve, R. & Fogelholm, M. 2008. Kotona asumista tukevien palvelujen käyttö ikääntyneillä on ennakoitavissa. *Yhteiskuntapolitiikka* 73/2008, 6, 609–624.

Niemistö, H. & Niemistö, K. 2010. Päivätoiminta ikäihmisten tukena ja voimavarana. Asiakkaiden ja työntekijöiden kokemuksia päivätoiminnan merkityksestä ja sosiaalisuudesta. Hämeen ammattikorkeakoulu, Sosiaalialan koulutusohjelma, Hämeenlinna, Opinnäytetyö.

Parviainen, L. 2010. Päivätoiminnan ohjaaja. Keskustelu 2.9.2010. Siiliset-peruspalvelukeskus. Siilinjärvi.

Pihala, H. & Poutanen, T. 2000. Asiakas ja palvelun laatu – vanhusten kokemuksia päivätoiminnasta. Pohjois- Savon ammattikorkeakoulu, Liiketalous ja sosiaali-terveysala, Iisalmi, Opinnäytetyö.

Pitkälä, K., Valvanne, J. & Huusko, T. 2010. Geriatrien kuntoutus. Teoksessa Tilvis, R., Pitkälä, K., Strandberg, T., Sulkava, R. & Viitanen, M. (toim.). *Geriatria*. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 438–456.

Pitkänen, E. & Valta, K. 2007. Innostamalla osallisuuteen. Syrjäytymisvaarassa olevien kolmannen iän ihmisten sosiokulttuurinen innostaminen vertaisryhmässä. Savonia-ammattikorkeakoulu, Sosiaali- ja terveysala, Iisalmi, Opinnäytetyö.

Rissanen, L. 1999. Vanhenevien ihmisten kotona selviytyminen. Yli 65-vuotiaiden terveys, toimintakyky ja sosiaali- ja terveyspalvelujen koettu tarve. Lääketieteellinen tiedekunta, Kansanterveystieteen ja yleislääketieteen laitos, Oulun yliopisto [viitattu 17.1.2011] Saatavissa: <http://herkules oulu.fi/isbn9514254414/isbn9514254414.pdf>

Saarenheimo, M. 2003. *Vanhuus ja mielenterveys*. Arkielämän näkökulmia. Helsinki: WSOY.

Siiliset-peruspalvelukeskus. 2010 [viitattu 17.9.2010]. Saatavissa: <http://www.siilinjärvi.fi/www/fi/index.php>

Sosiaalihuoltolaki 17.9.1982/710. Finlex. Lainsäädäntö [viitattu 17.1.2011]. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1982/19820710>

Suomen perustuslaki 11.6.1999/731. Finlex. Lainsäädäntö [viitattu 17.1.2011]. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731>

Tilastokeskus. Siilinjärvi. 2008 [viitattu 17.9.2010]. Saatavissa: <http://www.tilastokeskus.fi/tup/kunnat/kuntatiedot.old/476.html>

Työturvallisuuslaki 23.8.2002/738. Finlex. Lainsäädäntö [viitattu 17.1.2011]. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2002/20020738>

Valta, A. 2008. Iäkkäiden päivittäinen suoriutuminen kotona. Teoreettinen malli kotona asuvien päivittäisestä suoriutumisesta kotisairaanhoidajien ja iäkkäiden näkökulmasta. Tampereen yliopisto, lääketieteellinen tiedekunta, akateeminen väitöskirja. [viitattu 20.10.2010]. Saatavissa: <http://acta.uta.fi/pdf/978-951-44-7521-4.pdf>

Vanhustyön keskusliitto. 2005. Ikääntyneiden yksinäisyys. Psykososiaalisen ryhmäkuntoutuksen vaikuttavuus. Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke. Tutkimusraportti 11. Helsinki: Gummerus kirjapaino Oy.

Viramo, P. 1998. Vanhakin vertyy – Päiväkuntoutuksen ja viriketoiminnan vaikutus ikääntyneen toimintakykyyn ja terveyteen. Vanhustyön keskusliitto. Helsinki: Tyyli-pai-no.

Voutilainen, P. 2009. Terveyttä ikäihmisille. *Sairaanhoitaja* 82 (9) 2009, 19–21.

Havainnointilomake (Pitkänen & Valta 2007)

Toiminnallinen taso	RYHMÄ	YKSIÖ
4 – korkein taso	Osallistujat ovat aktiivisia ja aloitteellisia: keskustelevat, tuovat esille omia ideoitaan, suunnittelevat ja osallistuvat ryhmässä järjestettyyn toimintaan. he ovat innokkaita, ja keskittyvät kuuntelemaan toisia. Verbaalinen palaute kokoontumisen jälkeen on positiivinen. Kasvojen ilmeet vaihtelevat (esim. hymy, nauru).	Verbaalinen ja nonverbaalinen ilmaisu. Kuuntelee, keskittyy, ottaa osaa keskusteluun, suunnittelee toimintaa aloitteellisesti ja tukee sekä kannustaa toisia. Esittää erilaisia vaihtoehtoja ja omia ideoitaan. Ilmeet vaihtelevat (esim. hymy, nauru). Eleet, liikkeet ja asennot sekä äänen painotukset vaihtelevat. Katsekontakti muihin. Ottaa huomioon toiset ja heidän mielipiteensä. Verbaalinen palaute kokoontumisen jälkeen positiivinen
3 – Korkeampi taso	Osallistujat ovat aktiivisia ja keskittyvät suurimman osan ajasta toimintaan. Yleensä ottavat toiset huomioon ja kuuntelevat toisia. Ottautuvat mukaan toisten innoittamana, tuovat esille omia ideoitaan ja osallistuvat toiminnan suunnitteluun. Verbaalinen palaute kokoontumisen jälkeen on positiivinen	Osallistuja kuuntelee, keskittyy, ottaa osaa keskusteluun suurimman osan ajasta. Suunnittelee toimintaa yhdessä toisten kanssa ja heidän innoittamana. Kysyttäessä esittää vaihtoehtoja ja tuo omia ideoitaan. Verbaalinen palaute kokoontumisen jälkeen on positiivista
2 – Keskitaso	Osallistujat ovat aktiivisia ja keskittyvät toimintaan yli puolet ajasta. Keskustelevat, mutta eivät tuo esille omia ideoitaan. Osallistuvat toimintaan, mutta eivät juurikaan toiminnan suunnitteluun. Liikkuvat ajoittain levottomasti. Kasvojen ilmeet vaihtelevat. Verbaalinen palaute kokoontumisen jälkeen on enemmän positiivista kuin negatiivista.	Osallistuja on aktiivinen ja keskittyy toimintaan yli puolet ajasta. Verbaalinen ja nonverbaalinen ilmaisu. Osallistuja kuuntelee ohjeet ja avustettuna ottaa osaa keskusteluun sekä toiminnan suunnitteluun. Ei juuri esitä erilaisia vaihtoehtoja ja omia ideoitaan. Liikkuu ajoittain levottomasti. Ilmeet vaihtelevat (esim. hymy, nauru). Eleet, liikkeet, asennot ja äänen painotukset vaihtelevat. verbaalinen palaute kokoontumiskertojen jälkeen on enemmän positiivista kuin negatiivista.
1 – Alin taso	Osallistujat ovat passiivisia eli eivät keskustele, eivätkä tuo esille omia ideoitaan. he eivät osallistu juurikaan toimintaan,	Osallistuja ei osallistu vuorovaikutustilanteeseen: ei keskustele tai tuo esille omia ideoitaan, eikä osallistu toiminnan suunnitteluun.

	eivätkä toiminnan suunnitteluun. Kasvojen ilmeet eivät muutu. He eivät hymyile tai naura. Verbaalinen palaute on negatiivinen	Hän on ilmeetön ja eleetön. Verbaalinen palaute on.
--	---	---

Miltä ryhmässä olo tuntuu tällä hetkellä?

Millaisia kielteisiä/myönteisiä vaikutuksia tai kokemuksia sinulla on ollut ryhmäkokouksista?

Mitä mieltä olet ollut kokouksien ohjelmasta?

24.1. Musiikki/levyraati – Musiikkia 50-luvulta nykypäivään.

31.1. Ongelmanratkaisua, yhdistelyä ja yhdessä pelaamista.

7.2. Muistelu – Muistoja, sanonnat, kysymyksiä joihin itse vastaat (kortit).

14.2. Leivonta – Ystävänpäivä –teeman mukaan leivontaa yhdessä sekä muuta yhdessäoloa.

21.2. Luova tekeminen – Piirtäminen, maalaus, mietiskely musiikin avulla.

Jos haluaisit muuttaa toimintaa jotenkin, niin mitä/miten muuttaisit?

Mitä mieltä olet ollut ohjaajien toiminnasta?

TAULUKKO 1. Tilastokeskuksen väestöennuste, Siilinjärvi (Tilastokeskus 2008)

						Muutos yh- teenveto 2008-2025	
ikä/vuosi	2008	2010	2015	2020	2025	henk.	%
0-6	1904	1809	1994	2121	2157	253	13,3
7-12	1822	1752	1635	1703	1901	79	4,4
13-15	939	911	874	863	897	-42	-4,4
16-19	1183	1144	1055	1017	965	-218	-18,4
20-64	12145	12031	12121	11990	11934	-211	-1,7
65-74	1705	1951	2337	2501	2510	805	47,2
75-84	888	1065	1359	1622	1826	938	105,6
85-	183	301	494	643	809	626	342,1
Yhteensä	20769	20965	21870	22460	23000	2231	10,7

TAULUKKO 2. Tilastokeskuksen väestöennuste, Nilsä (Tilastokeskus 2008)

						Muutos yh- teenveto 2008-2025	
ikä/vuosi	2008	2010	2015	2020	2025	henk.	%
0-6	441	435	442	437	427	-14	-3,2
7-12	383	397	408	414	409	26	6,8
13-15	218	209	202	207	212	-6	-2,8
16-19	287	260	248	250	254	-33	-11,5
20-64	3685	3615	3336	3114	2911	-774	-21,0
65-74	776	807	966	1059	1034	258	33,2
75-84	545	537	563	634	790	245	45,0
85-	170	195	231	249	289	119	70,0
Yhteensä	6505	6455	6396	6364	6326	-179	-2,8

TAULUKKO 3. Tilastokeskuksen väestöennuste, Maaninka (Tilastokeskus 2008)

						Muutos yhteenveto 2008-2025	
ikä/vuosi	2008	2010	2015	2020	2025	henk.	%
0-6	300	313	320	322	314	14	4,7
7-12	283	287	317	326	328	45	15,9
13-15	159	139	149	154	159	0	0,0
16-19	180	181	148	162	170	-10	-5,6
20-64	2139	2144	2122	2048	1994	-145	-6,8
65-74	397	422	469	556	566	169	42,6
75-84	303	293	295	307	361	58	19,1
85-	94	100	121	130	144	50	53,2
Yhteensä	3855	3879	3941	4005	4036	181	4,7

www.savonia.fi

